



# **LIBOURNE GYM**

## **LES BLEUS DE SAINT-FERDINAND**

### **A l'attention des parents**

#### **« 10 COMMANDEMENTS » POUR VOUS AIDER A PRENDRE DU RECUL**

- 1. Je me rappelle que mon enfant fait du sport pour son plaisir et non le mien !**
- 2. Je le sensibilise au fait qu'il y a une opportunité d'évolution dans chaque situation, qu'elle soit connotée positivement ou négativement (victoire ou défaite)**
- 3. Je ne critiquerai jamais mon enfant sur une erreur ou une défaite lors d'une compétition. Je le soutiendrai, lui ferai un feedback positif et motivant.**
- 4. Je respecterai les coéquipiers de mon enfant, ses adversaires, les arbitres, les bénévoles.**
- 5. Je n'oublierai pas que mon enfant n'est pas un professionnel miniature et par conséquent, il ne peut pas être évalué avec les mêmes critères qu'un professionnel.**
- 6. Je ne remplacerai pas le coach et lui ferai confiance quant à ses compétences.**
- 7. Je ne transfère pas mes envies de réussite ou ma carrière rêvée sur lui...**
- 8. Mon enfant n'est pas responsable de mes propres frustrations en cas de non réussite, c'est à moi de gérer mes propres états d'âme.**
- 9. J'aime mon enfant de façon inconditionnelle.**
- 10. Je laisse à mon enfant un espace d'autonomie et de développement.**